

# 图书馆中医保健养生资源建设研究

◆ 李玖蔚 殷 玲

**摘要：**人民健康是富强的基本元素，是促进经济社会发展、实现“中国梦”的基础条件<sup>[1]</sup>。党中央、国务院高度重视人民健康工作<sup>[2]</sup>。我国的中医药在治病、防病以及保健养生方面都有非常好的效果。2016年印发的《中医药发展战略规划纲要（2016—2030年）》，要求社会各界营造良好的社会氛围，推动中医药进校园。论文以喜马拉雅FM为例，主要阐述了图书馆如何在音频资源建设上，为读者创造良好的中医科普环境，推动“健康中国”的早日实现，并指出了目前音频资源的不足，提出了相应的建议。

**关键词：**图书馆；中医药传统文化；保健养生；音频资源建设；建议

## 一、研究背景

中华传统文化博大精深，中医药文化是中华民族优秀传统文化的重要组成部分。中医中药在中国古老的大地上已经运用了几千年的历史，经过几千年的临床实践，证实了中国的中医中药无论是在治病上、在防病上，还是在保健养生上，都是确凿有效可行的。而人民健康是富强的基本元素，是促进经济社会发展、实现“中国梦”的基础条件。没有全民健康，就没有全面小康。因此，弘扬和传承中医药文化知识，不仅关系到国人的整体健康水平，更关系到国家文化软实力。党中央、国务院高度重视人民健康工作。2016年2月22日国务院正式印发了《中医药发展战略规划纲要（2016—2030年）》，确定了未来15年中医药发展战略部署。

《规划纲要》提倡要大力发展中医药养生保健服务、扎实推进中医药继承、大力弘扬中医药文化；另外，其计划之一，要求营造良好的社会氛围，推动中医药进校园、进社区、进乡村、进家庭，将中医药基础知识纳入中小学课程，形成全社会“信中医、爱中医、用中医”的浓厚社会氛围和共同发展中医药的良好格局。

国家将复兴中医药文化摆在了非常重要的位置。党中央、国务院对继承和弘扬中华优秀传统文化日益重视<sup>[3]</sup>。身处承载公共文化资源保障的高校图书馆，如何在资源建设上，提高读者的保健养生意识，减少疾病的发生，推动“健康中国”的早日实现，是一项非常值得重视的课题。

## 二、建立中医保健养生音频资源的可行性

### （一）音频平台的发展现状

随着社会的高速发展，互联网媒体的属性越来越突出，依托互联网诞生的新媒体对传统媒体的冲击也日益明显。2016年1月发布的第37次《中国互联网络发展状况统计报告》显示，截至2015年12月，我国网民规模达6.88亿，网民中使用手机上网的人群由2014年的85.8%提升至90.1%。互联网音频平台因此也得以迅速发展<sup>[4]</sup>。目前已有数百家移动电台，根据易观智库近日公布的最新数据显示，2015年度中国主流移动电台，喜马拉雅FM以44.6%的用户渗透率占据行

业领先地位，日活跃用户数和收听时长远超第二名<sup>[5]</sup>，成为国内发展最快、规模最大的在线移动音频分享平台<sup>[6]</sup>。

### （二）资源概况

#### 1. 中医保健音频素材的产出情况

2016年以来，我国有声书市场在移动互联网的助推下出现大爆发，单喜马拉雅FM平台的节目类型就涵盖有12个栏目。随着《“健康中国2030”规划纲要》的发布，中医药文化越来越受到业界的重视，普通民众随着生活水平的提高，对健康饮食、保健养生的需求越来越大。大量热门的、知名度高、影响力大的中医保健养生及健身操等优秀的传统文化被挖掘出来，截止2018年8月22日，喜马拉雅平台FM中的“健康养生”栏目，共有近6000个音频素材，其中“中医”类下有1000个音频素材，“中医养生”类下有173个音频素材。音频类产品主要参与感官为耳朵。感官的参与度决定了音频类产品有着得天独厚的场景优势，越是双手和眼睛需要高频操作的场景，音频的优势越明显<sup>[7]</sup>。随着时间的推移，其数量会越积越多。这些资源是图书馆为读者打造中医科普文化资源的保障之一。

#### 2. 图书馆现有设施情况

随书光盘是图书馆馆藏资源之一，为便于保存、管理，多数图书馆都将其建成特色数据库，有的图书馆设有专门的视听室、电子阅览室，供读者使用光盘和收听视听资料。因此，构建中医保健养生方面的专题音频数据库所需要的平台，音频服务所需的设备及技术条件已经具备。随着智慧图书馆的发展，音频保健数据的平台设施及功能将更加完善、齐全。

故笔者认为在新型阅读形态背景下，图书馆应采取以下策略，推动中医药健康养老目标的早日实现。

## 三、中医保健养生资源建设策略

### （一）建立中医保健养生资源导航

保健养生资源建设是高校图书馆实现全民健康进校园的资源保障。因此，图书馆要花大力气，收集、整理来自各种渠道的有关中医养生的资源，开辟保健养生专题目录导航。为全校师生打造一个健康养生的科普平台，在传承中华传统



文化上,既能推动传统中医药文化的传播,又起到健康宣传员的作用。

## (二) 图书馆面对新型音频资源的应对策略

音频是最近两年随着移动互联网的发展,才兴盛起来的一种资源,平台功能还不够完善,再加上音频资源的特殊性,目前尚存在一些局限,故本文主要针对音频资源目前存在的情况,提出服务策略和应对措施。

### 1. 音频内容标引

音频素材产品丰富,内容多元化,但目前其标引比较粗。比如,健康猫播讲的《上班族身体保养指南——路新宇》音频,共有83章节,每节时长少则3分多钟,多则20多分钟。其涵盖许多非常实用的养生小妙招,及一些常见疾病的自我调理、养护方法。长期坚持实践操作,对人的身体健康非常有益,但由于人的健康状况并非一成不变,有些小妙招或特效穴位的疏通方法不经常操作,容易忘记。而其标引没纸本细微,在平台不具备对音频内容实行搜索、定位的技术支持下,如果听众没有购买该书籍,或未带在身边,当身体出现某症状时,想再从该音频节目中,查找缓解该症状的养生小妙招时,只能盲目的重新收听查找,费时。随着时间的积攒,音频电台中将积聚越来越多高质量的保健养生音频,各音频涉及的内容及侧重点各不相同,不同个体及同一个体在不同时期的需求亦不同,故图书馆员有必要将音频章节中涉及到的小妙招、特效穴位的探查、疏通能缓解的症状等标引出,在音频章节不会被合并的情况下,甚至可将其在音频中的大概时间段标引出,置于图书馆主页或微信公众号中,供用户选择收听,提高民众的保健养生意识。为健康中国行做力所能及的事,推动中医药进校园的计划早日实现。

### 2. 素材权威性、播讲员专业背景标引

在网络普及、自媒体发达的背景下,一些专业大师的精品保健养生作品,被不同人播讲、演艺。尽管音频移动电台,有强大的推送功能,由于是泛在推送,大数据时代,人的精力却非常有限,受众很难用有限的时间关注所有的信息。而中医保健养生方面的素材,涉及的知识及可操作性强,且与人的身心健康、安全卫生等息息相关,故读者会选择关注一些权威的或专业背景强的音频栏目。因此,图书馆阅读推广员,不光要熟悉了解推荐给读者的资料内容,还应将音频素材的发布者及播讲员进行标引介绍,因为对于同一研究客体,研究主体由于认识及思想方法存在差异,会形成不同观点<sup>[9]</sup>,所以对音频来源及播讲员进行标引,能帮助听众判断、甄别音频来源的权威及可靠性。

## 四、结语

首先,目前平台中由于有的播讲员无简介,阅读推广员仅从播讲者的网名,很难查证其职业背景等信息,这应是音频平台今后该完善之处。

其次,建议移动平台对已播完的音频,最好不要有合并行为,因为如果将音频内容合并,其框架结构势必发生变化,

不利益听众后续回听学习。比如:喜马拉雅中的《路新宇:自我经络养护》音频,有时有57个章节,有时又合并成6个章节,其结构发生变化,导致没学完的用户不得不花时间去整理哪些已学内容,浪费时间;即使已经学完的听众,也无法从之前的学习笔记导览中,进入到相应的章节中回听音频内容。当然更不利于图书馆员对音频中内容进行详细的时段标引。<sup>[10]</sup>

## 参考文献

- [1] 孙光荣. 中医·养生·精气神 [EB/OL]. [2018-9-18]. [http://www.jxgbwlxy.gov.cn/student/course!playNew.action?userCourse.id=44788823&index=0&random=0.1894122938235232&select\\_year=undefined](http://www.jxgbwlxy.gov.cn/student/course!playNew.action?userCourse.id=44788823&index=0&random=0.1894122938235232&select_year=undefined)
- [2] 解读:《“健康中国2030”规划纲要》[J]. 人口与计划生育, 2016(12).
- [3] 毛国强, 屠金莉. 中医药文化传承与大众传播实践初探——以天津市“中医药文化进校园”活动为例 [J]. 新闻战线, 2018(3).
- [4] 索施. 互联网音频平台发展策略探析——以“喜马拉雅”和“蜻蜓FM”为例 [J]. 新闻研究导刊, 2016(3).
- [5] 李佳. 喜马拉雅FM建构声音帝国 [J]. 中国企业家, 2016(12).
- [6] 喜马拉雅 [EB/OL]. [2018-8-18]. <https://baike.baidu.com/item/%E5%96%9C%E9%A9%AC%E6%8B%89%E9%9B%85/7379729?fr=aladdin>
- [7] 音频产品与视频、文字、图片产品的区别 [EB/OL]. [2018-8-9]. [http://www.sohu.com/a/34789953\\_251759](http://www.sohu.com/a/34789953_251759).
- [8] 《中国国家图书馆学报》编辑部. 图书馆员论文撰写与投稿指南 [M]. 北京: 国家图书馆出版社, 2018, 9: 8.

(作者单位: 李玖蔚, 井冈山大学图书馆; 殷玲, 厦门大学图书馆)